

Советы психолога

ПЕРВОКЛАССНИК



В чем состоит психологическая готовность ребенка к школе?

Поступление в школу — чрезвычайно ответственный момент как для самого ребенка, так и для его родителей. Практический опыт психологического обследования детей показывает, что далеко не все дети всесторонне подготовлены к безболезненному и успешному вхождению в учебную деятельность в школе.

Понимая важность подготовки детей к школе, даже за несколько месяцев до начала учебного года можно организовать целенаправленные развивающие занятия с детьми, которые помогут им на этом новом этапе жизни.

Многое могут сделать для ребенка в этом отношении родители — первые и самые важные его воспитатели.

Психологическая готовность к школьному обучению предполагает многокомпонентное образование.

Во-первых, ребенок должен хотеть идти в школу, то есть иметь мотивацию к обучению.

Во-вторых, у него должна быть сформирована социальная позиция школьника: он должен уметь взаимодействовать со сверстниками, выполнять требования учителя, контролировать свое поведение.

В-третьих, ребенок должен быть здоровым, выносливым, иначе ему будет трудно выдержать нагрузку в течение урока и всего учебного дня. Он должен иметь адекватную самооценку и уровень притязаний.

И, пожалуй, самое главное: у него должно быть соответствующее умственное развитие, которое является основой для успешного овладения школьными знаниями, умениями и навыками, а также для поддержания оптимального темпа интеллектуальной деятельности, чтобы ребенок успевал работать вместе с классом.

Затруднить процесс обучения в школе может не только слабое интеллектуальное развитие ребенка, но и, как это ни странно, очень хорошее развитие: даже одаренность ребенка может вызывать значительные трудности, прежде всего относящиеся к области социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Уважаемые родители!

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.

Но:

1) ни в коем случае не сравнивайте его посредственные результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, с достижениями других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми!

2) сравнивать ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов.

В чем бы ни был успешен ребенок, страдающий школьной неуспешностью: в спорте, домашних делах, в рисовании, конструировании и т.д., - ему ни в коем случае нельзя ставить в вину неуспехи в других школьных делах. Напротив, следует подчеркнуть, что если он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному.

Родители должны терпеливо ждать успехов, ибо на школьных делах чаще всего и происходит замыкание порочного круга тревожности. Школа должна очень долго оставаться сферой щадящего оценивания.

Болезненность школьной сферы должна быть снижена любыми средствами: снизить ценность школьных отметок, то есть показать ребенку, что его любят не за хорошую учебу, а любят, ценят, принимают вообще как собственное дитя, безусловно, не за что-то, а вопреки всему.

КАК ЭТО МОЖНО СДЕЛАТЬ?

1. Не показывать ребенку свою озабоченность его школьными успехами.
2. Искренне интересоваться школьной жизнью ребенка и смещать фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий и т.п.
3. Подчеркивать, выделять в качестве чрезвычайно значимой ту сферу деятельности, где ребенок больше успешен, тем самым помогать обрести веру в себя.
4. Уделять ребенку внимание не только когда он «плохой», а когда он «хороший» (и больше, когда он хороший). Здесь главное - замечать ребенка, когда он незаметен, когда он не «выкидывает фокусов», надеясь привлечь внимание.
5. Все замечания сводить к минимуму, когда ребенок «фокусничает», а главное - к минимуму сводить эмоциональность ваших реакций, ибо именно эмоциональности ребенок и добивается.
6. Найдите ребенку сферу, где он мог бы реализовать свою демонстративность (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.).
Главная награда - это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, что-либо делает. Хвалите его деятельность, работу, а не самого ребенка, он все равно не поверит. («Мне нравится твой рисунок». «Мне приятно видеть, как ты занимаешься со своим конструктором» и т. д.).

Памятка родителям первоклассников.

Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то получаться не сразу, и это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.

Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

Учение — это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия жизни, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

ПАРАДОКСЫ ПОДРОСТКОВОЙ ПСИХИКИ

Подростковый возраст - это пик активности, прежде всего физической; время бурной перестройки организма, который диктует специфические «парадоксы подростковой психики»:

1. подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, при этом он не знает, что с ней делать; подросток хочет выразить себя, но не знает как;
1. подросток стремится иметь свое лицо: «выделиться из толпы» - при полной слитности со своим окружением, «быть как все» - в компании, в классе, во дворе и т. д.;
2. подростку интересно всё сразу и ничего;
3. хочется всего, сразу и если позже, «то вообще тогда зачем»;
4. при всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в себе.

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Отклонения в поведении детей и подростков могут быть обусловлены следующими группами причин:

- социально-педагогической запущенностью: когда ребенок, подросток ведут себя неправильно в силу своей невоспитанности, или отсутствия у него необходимых позитивных знаний, умений, навыков, или в силу испорченности неправильным воспитанием, сформированности у него негативных стереотипов поведения;
- глубоким психическим дискомфортом, вызванным неблагополучием семейных взаимоотношений, отрицательным психологическим микроклиматом в семье, систематическими учебными неудачами, несложившимися взаимоотношениями со сверстниками в коллективе класса, неправильным (несправедливым, грубым, жестоким) отношением к нему со стороны родителей, учителей, товарищей по классу и т. д.;
- отклонениями в психическом и физическом здоровье и развитии, возрастными кризисами, акцентуациями характера и другими причинами психоневрологического и физиологического свойства;
- отсутствием условий для самовыражения, разумного проявления внешней и внутренней активности;
- незанятостью полезными видами деятельности, отсутствием позитивных и значимых социальных и личных жизненных целей и планов;
- безнадзорностью, отрицательным влиянием окружающей среды и развивающейся на

этой основе социально-психологической дезадаптацией, смещением социальных и личных ценностей с позитивных на негативные.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ ПО РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ

1. Имейте ясное представление о подростках. Старайтесь понять их мир. Принимайте их такими, какие они есть.
 2. Осознавайте свои границы как взрослого. Вы можете оказывать определенное влияние на поведение подростка, но оно никогда не абсолютно. По мере роста детей авторитарная власть и дисциплинирование должны уступить место чему-то новому: заботе и поддержке, любви и терпимости на определенной дистанции.
 3. Научитесь доверять молодежи и их способности выжить в мире. Зачастую они оказываются намного более приспособленными к жизни, чем это представляется взрослым. Слишком часто взрослые берут подростков в плен своих собственных страхов о мире. Они обращаются с ними как с хрупкими, несмышленными существами, способными навредить себе своими действиями. В своем желании защитить молодежь они воздвигают ограничения, которые приносят больше вреда, чем пользы.
 4. Объясняйте, что именно вы ждете от подростка. Ваши объяснения должны быть понятны ему, так же, как и ваши побудительные мотивы. Подросткам надо также знать, какие последствия ждут их, если они решат не соблюдать эти правила. Важно дать возможность самим подросткам высказаться, что они думают по поводу установленных правил и последствий их нарушений.
 5. Будьте честными в отношении своих чувств, потребностей и ограничений. Не бойтесь делиться с подростками своей неуверенностью в чем-либо. Они прекрасно чувствуют, когда другие избегают каких-то тем или не говорят правды. Им также необходимо видеть, что взрослые тоже имеют слабости и недостатки, которые они признают.
 6. Действуйте разумно относительно различных «экспериментирований» подростков. Ваше спокойствие и понимание могут свести проблему к минимуму. Откровенно поговорите с молодыми людьми о том, что вы чувствуете в ситуации, когда они ведут себя рискованно. Избегайте высказывать свое осуждение, лучше помогите им осознать, как употребление алкоголя, наркотиков и другие ситуации риска могут сказаться на их жизни.
- Не наказывайте подростков, если они обратились к вам за помощью. Помогите подросткам найти способ изменить свою жизнь к лучшему.